Allentare lo stress: gli interventi brevi integrati nell'ottica del Neo-Funzionalismo.

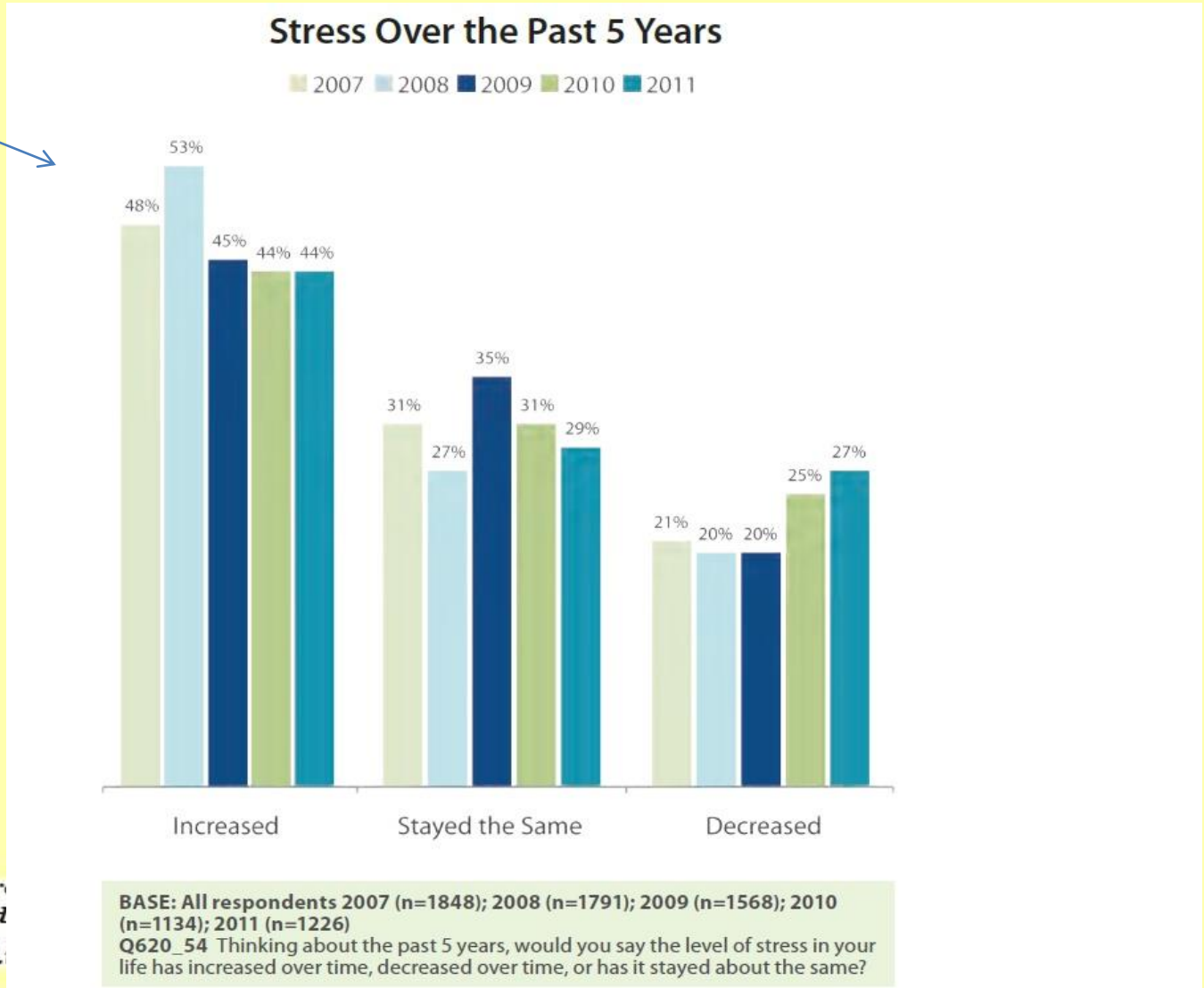
Udine, 18 Marzo 2017

S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

E’ un fenomeno sempre più importante:

Negli Stati Uniti



DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoter
docente della Scuola Europea d
marco.iacono@psicocorporea.

E’ un fenomeno sempre più significativo:

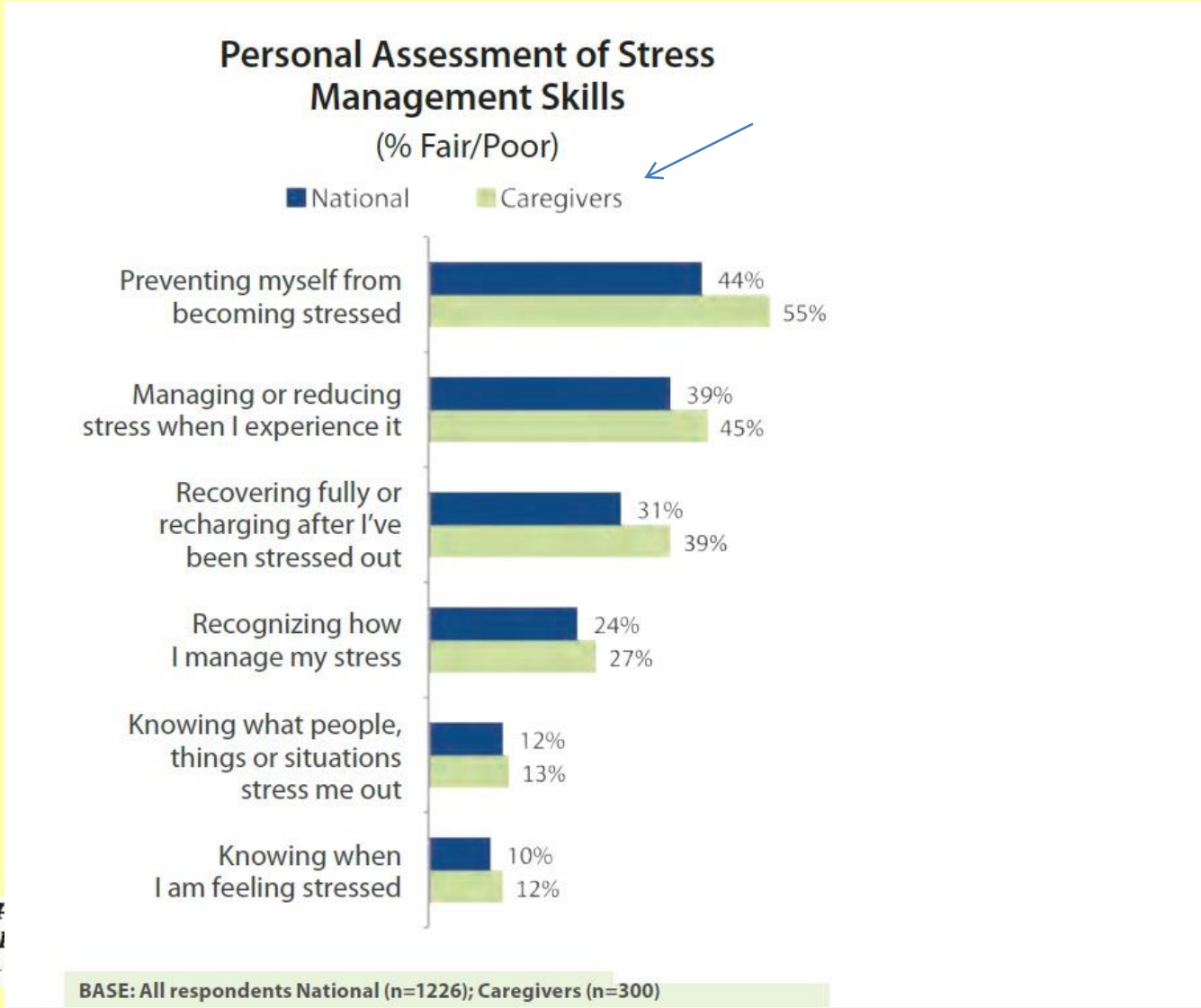
In Europa

- il 50-60 % di tutte le giornate lavorative perse è dovuto allo stress lavoro-correlato e ai rischi psicosociali.
- Si tratta del problema di salute più frequente legato all’attività lavorativa dopo i disturbi muscolo-scheletrici.

S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

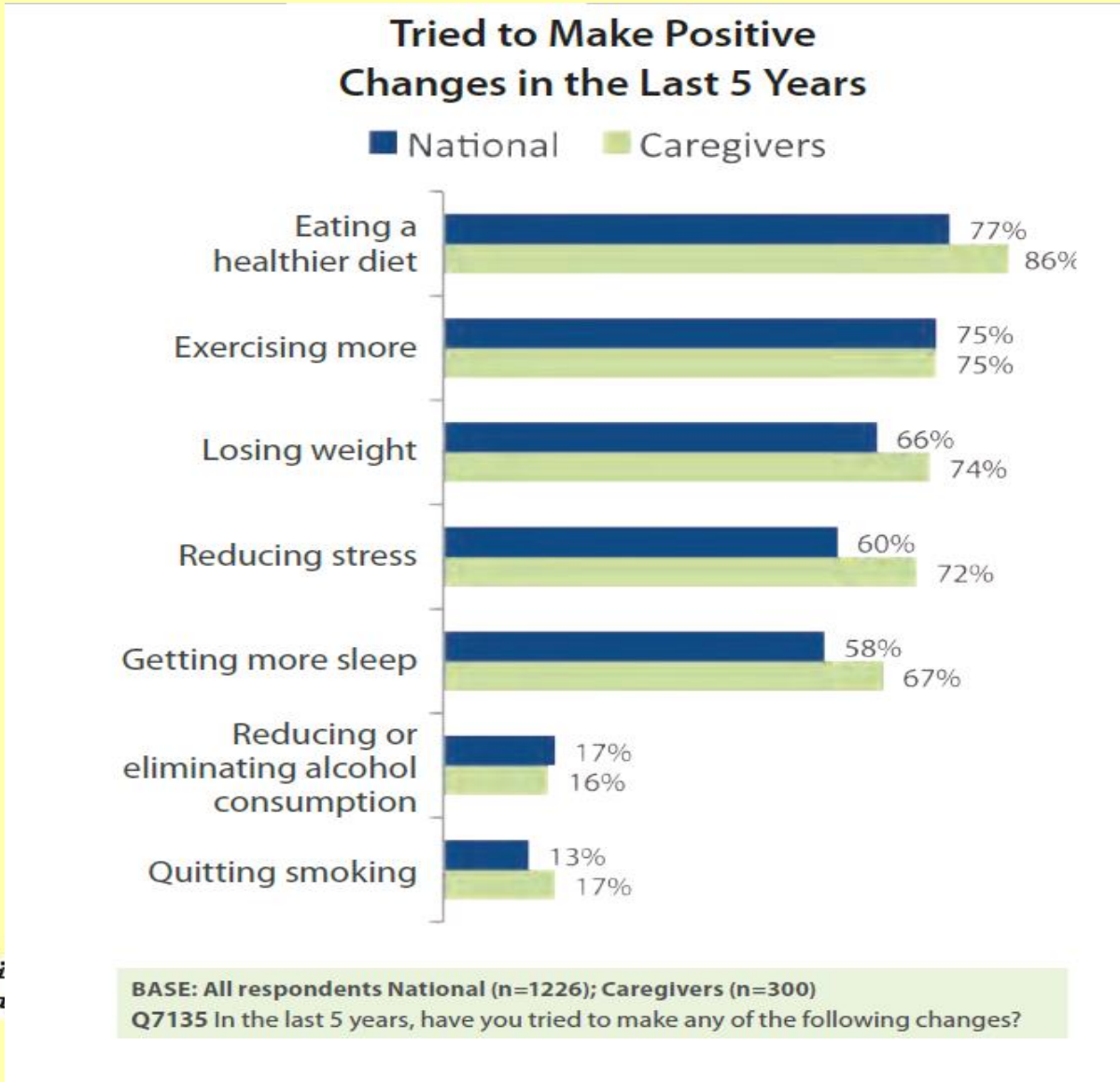
DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

Sondaggio “Stress in America”



DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterap
docente della Scuola Europea di
marco.iacono@psicocorporea.it

Capacità di cambiamento dei caregivers



DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzi
docente della Scuola Europea di psicotera
marco.iacono@psicocorporea.it

Su un piano scientifico, lo stress è

Fenomeno emblematico e significativo per comprendere i *molteplici* fattori che:

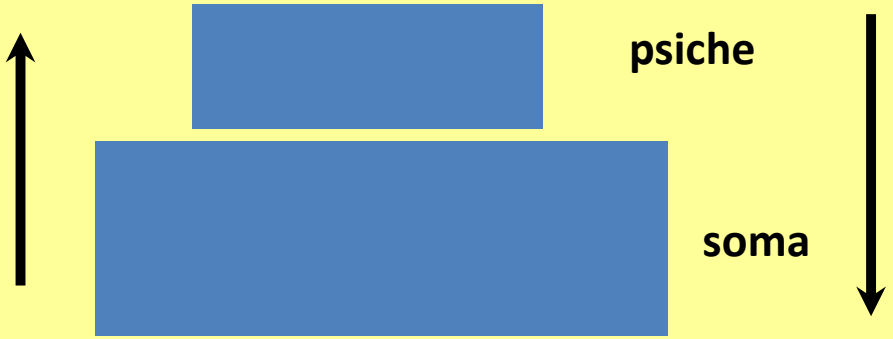
1. *compongono la complessità dell'unitarietà mente-corpo dell'individuo;*

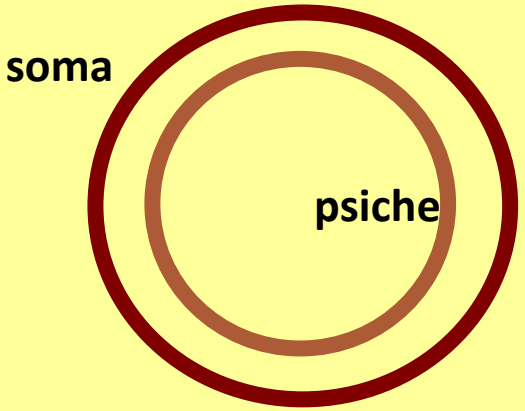
2. *intervengono nella conservazione o nella perdita della salute.*

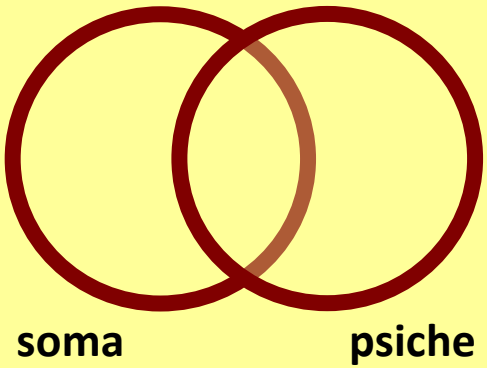
DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

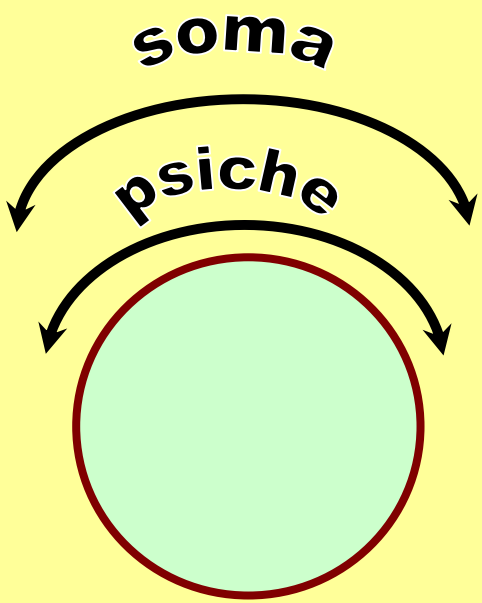
L. Rispoli, 2007

Mente e Corpo









Le manifestazioni del corpo sono l'espressione del funzionamento complessivo della persona che spesso non ha le risorse per fronteggiare adeguatamente lo stress.

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

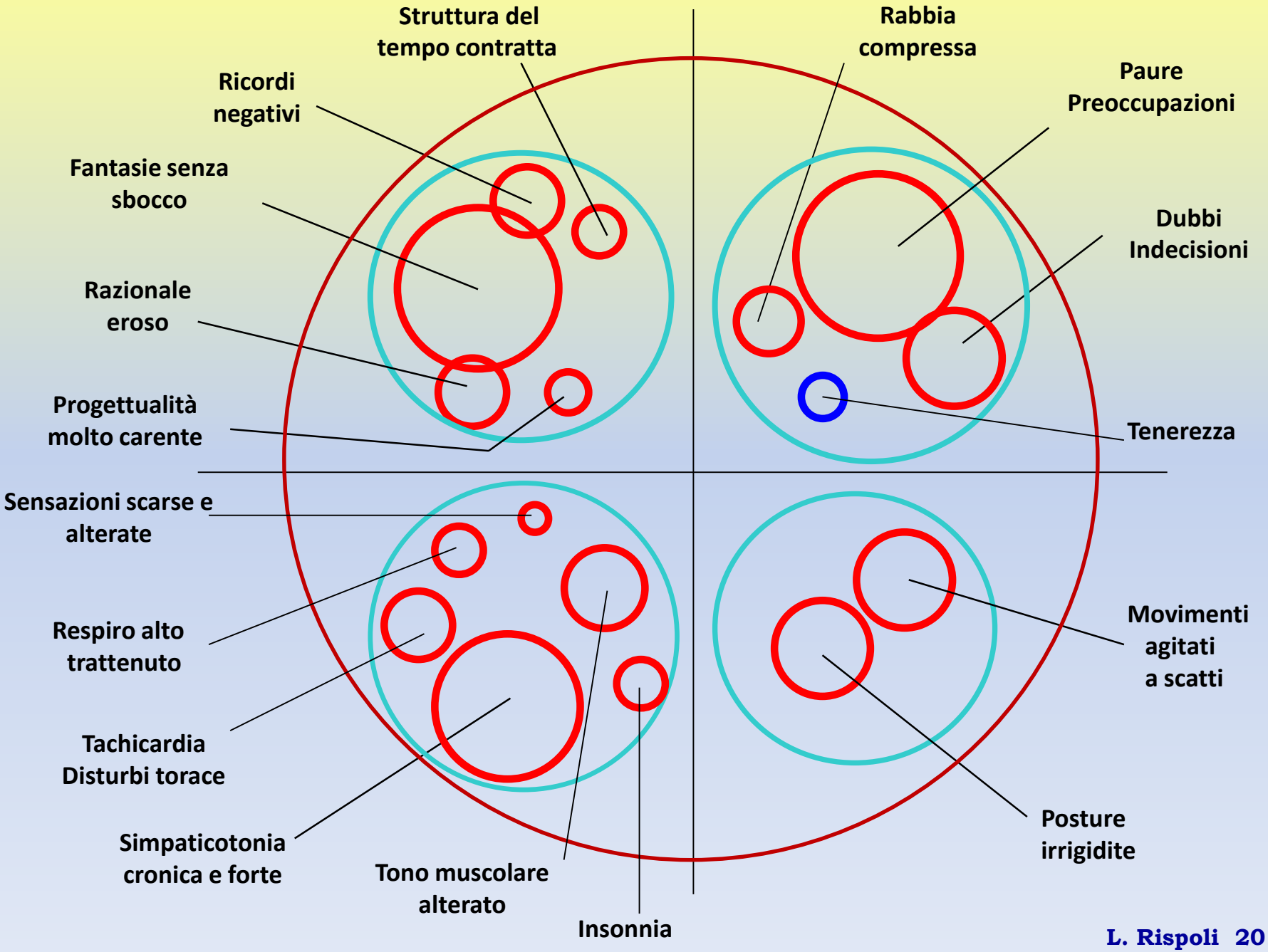
S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

Per il Modello della Psicologia Funzionale

- Il Sé è visto come configurazione di Funzioni,
- Ogni Funzione è una modalità di espressione dell'individuo,
- L'insieme delle Funzioni determina lo stato di equilibrio o di alterazione dell'organismo.

Psicologia funzionale del sé. Organizzazione, sviluppo e patologia dei processi psicocorporei, L. Rispoli (Astrolabio Ubaldini – 1993)

STRESS CRONICO



L. Rispoli 2011

Allora, quando lo Stress temporaneo si trasforma in Stress Cronico?

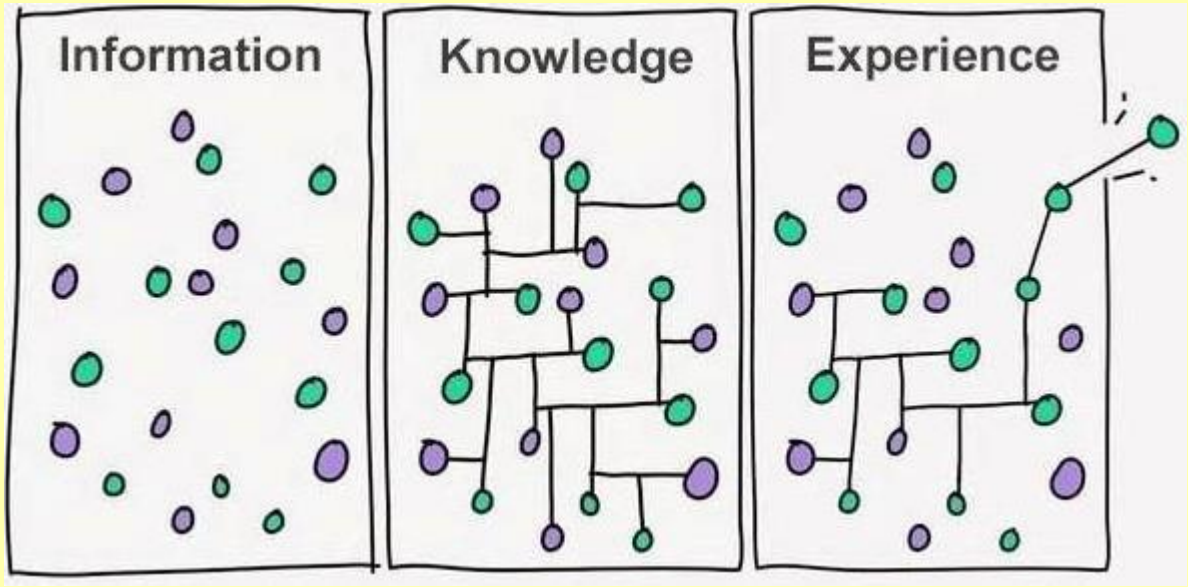
Ossia

Quando la reazione vitale dell'organismo, che si attiva per far fronte ad un evento, diventa un funzionamento alterato che mette a repentaglio la salute della persona?

S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

Il valore dell'esperienza.



S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

Esperienze di base del Sè

Esperienze che il bambino attraversa nelle varie fasi del suo sviluppo e che determinano il nostro modo di funzionare anche da adulti (F. di F.).

S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

Intervento Funzionale sullo Stress

Obiettivi specifici:

- restituire la Calma e la possibilità di Sentirsi,
- poter entrare nell'esperienza del Lasciare, ammorbidire le rigidità, evitare di trattenere cronicamente;
- allentare il Controllo eccessivo e automatico

S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

Intervento Funzionale sullo Stress

Si avvia il protocollo di intervento, a seguito di una valutazione iniziale di alcune variabili psicocorporee che compongono la Misura Integrata dello stato di stress.

L'intervento individualizzato si basa su un protocollo di tecniche che garantiscono in tempi relativamente brevi (8 – 12 sedute individuali o di gruppo) una modifica delle alterazioni che sono alla base della reazione negativa allo stress.

S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

Intervento Funzionale sullo Stress

Si basa su tecniche per:

- Intervenire sulla respirazione diaframmatica;
- Intervenire sul tono muscolare di base;
- Intervenire sulle posture e i movimenti affinché si ammorbidiscano;
- Intervenire con immaginazioni guidate;
- Aumentare la percezione delle proprie sensazioni e emozioni.

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it

S.I.F.
Società Italiana di Psicoterapia Funzionale

Riferimenti bibliografici non segnalati in precedenza:

- **Rispoli L. - Il corpo in psicoterapia oggi. Neo-Funzionalismo e Sistemi integrati, F. Angeli (2016)**
- **Di Nuovo S., Rispoli L. - L'analisi funzionale dello stress. Dalla clinica alla psicologia applicata, F. Angeli (2011)**
- **Rizzi L, Bocasso E., Casetta L. - Intervenire sullo stress. Gruppo benessere e valutazione, Demeneghini Ed. (2012)**
- **Kermol E., Iacono M. (a cura di) - Le emozioni nella pratica psicologica, Cleup (2015)**
- **Ottoboni G., Iacono M. - An integrative body therapy approach: The Neo- Functionalism approach, Body, Movement and Dance in Psychotherapy (2013), 8:1, 43-45**
- **Ottoboni G., Iacono M., Chattat R. - Body-oriented techniques, affect and body consciousness, Body, Movement and Dance in Psychotherapy (2015), 290-305 .**
- **A.P.A. – Stress in America. Our Health at Risk. (2012).**
- **EU-OSHA - Healthy Workplaces Campaign (2014 -2015)**

DOTT. M. IACONO
Direttore del Centro di psicoterapia Funzionale Integrata,
docente della Scuola Europea di psicoterapia Funzionale
marco.iacono@psicocorporea.it